

90

ATIVIDADE ANIMAÇÃO COGNITIVA

SOPA DE LETRAS



primesenior

OBJETIVOS



Aumentar a atividade cerebral;



Retardar os efeitos da perda de memória, bem como da acuidade e velocidade perceptiva;



Treinar a atenção e a memória.

MATERIAIS

Sopas de letras;
Caneta/ lápis.

INSTRUÇÕES

Imprimir as sopas de letras (disponível para download em anexo);

Reunir um grupo de pessoas à volta de uma mesa e dar uma cópia a cada uma delas;

Explicar o jogo aos participantes e mostrar exemplos;

INSTRUÇÕES

Dar-lhes tempo, 10 ou 15 minutos, para que consigam encontrar as palavras escondidas;

Cada participante deve de fazer a atividade de acordo com as suas capacidades, ou seja, não têm que encontrar todas no mesmo período de tempo;

Atribuir 1 ponto por cada palavra encontrada;

Lembrar os participantes que a primeira vez é sempre mais desafiadora. Quanto mais treinarem, melhor será o desempenho.

Elogiar os participantes à medida que vão encontrando as palavras, ajuda a incentivá-los a continuar.

NOME:

SOPA DE LETRAS #1

Encontre as seguintes palavras, relacionadas com o Ano Novo, que podem estar na horizontal ou vertical.

**ALEGRIA
AMOR
CELEBRAÇÃO**

**COMPRAS
DESEJOS
DIVERSÃO**

**FESTA
FOGUETES
MEIA NOITE**

**MÚSICA
SORRISOS**

Grau de Dificuldade: ●

A	M	E	I	A	N	O	I	T	E	M	K	N	J	J	O	D
N	Ú	M	U	R	F	H	G	H	N	M	H	T	Y	R	G	I
H	S	V	B	H	G	T	D	S	V	G	R	G	B	N	U	V
M	I	R	V	I	Y	L	H	O	E	D	C	F	S	A	S	E
J	C	J	H	C	E	L	E	B	R	A	Ç	A	O	T	T	R
I	A	T	H	M	M	B	R	Y	L	H	O	S	R	A	E	S
K	U	D	E	S	E	J	O	S	S	I	N	A	R	M	V	A
K	I	A	L	M	I	A	N	J	T	L	M	A	I	M	B	O
A	A	L	E	G	R	I	A	D	D	O	L	B	S	O	A	T
R	M	M	J	Y	F	I	G	D	F	S	C	E	O	R	R	E
M	O	E	V	B	H	J	E	A	I	O	O	A	S	T	B	R
A	R	E	N	D	A	S	D	B	G	E	M	R	U	G	F	R
B	A	M	A	E	R	P	A	U	L	Y	P	R	T	V	E	A
T	M	E	G	B	H	K	U	R	Y	N	R	U	O	D	S	V
G	A	L	A	F	V	R	T	N	K	U	A	O	S	C	T	F
B	F	H	F	F	O	G	U	E	T	E	S	J	S	G	A	E
V	R	O	M	E	L	H	O	D	E	R	O	X	E	G	I	R

NOME:

SOPA DE LETRAS #2

Encontre as seguintes palavras, relacionadas com o Ano Novo, que podem estar na horizontal ou vertical.

**SONHOS
UNIÃO
SOLIDARIEDADE
EUFORIA**

**NOITE
FESTIVIDADE
CHAMPANHE
RISADAS**

**COPOS
ILUMINAÇÃO
BARULHO**

Grau de Dificuldade: ●

A	S	O	M	B	R	P	O	J	U	M	K	N	J	J	O	F
N	O	M	U	R	F	H	G	H	N	M	H	T	Y	R	G	E
H	L	V	B	H	G	T	D	R	I	S	A	D	A	S	U	S
M	I	R	V	I	Y	L	H	O	A	D	C	F	M	A	S	T
J	D	J	H	I	N	A	S	C	O	P	O	S	I	T	T	I
I	A	T	H	M	M	B	R	Y	L	H	O	S	G	A	E	V
K	R	A	T	O	E	I	C	J	S	I	N	A	P	M	V	I
K	I	A	L	N	I	A	H	J	T	L	M	A	A	M	B	D
A	E	U	F	O	R	I	A	D	D	O	L	B	T	O	A	A
R	D	M	J	I	F	I	M	D	F	S	A	E	R	R	R	D
M	A	E	V	T	H	J	P	A	I	O	M	A	L	T	B	E
A	D	E	N	E	A	B	A	R	U	L	H	O	U	G	A	R
B	E	M	A	E	R	P	N	U	L	Y	O	R	T	V	R	A
T	M	E	G	B	H	K	H	R	Y	N	J	U	O	D	D	V
G	A	L	A	F	V	R	E	N	K	U	K	O	S	C	E	F
B	F	H	F	I	L	U	M	I	N	A	C	A	O	G	O	E
V	R	O	M	E	L	S	O	N	H	O	S	X	E	G	I	R

SOLUÇÕES

A	M	E	I	A	N	O	I	T	E	M	K	N	J	J	O	D
N	Ú	M	U	R	F	H	G	H	N	M	H	T	Y	R	G	I
H	S	V	B	H	G	T	D	S	V	G	R	G	B	N	U	V
M	I	R	V	I	Y	L	H	O	E	D	C	F	S	A	S	E
J	C	J	H	C	E	L	E	B	R	A	Ç	A	O	T	T	R
I	A	T	H	M	M	B	R	Y	L	H	O	S	R	A	E	S
K	U	D	E	S	E	J	O	S	S	I	N	A	R	M	V	A
K	I	A	L	M	I	A	N	J	T	L	M	A	I	M	B	O
A	A	L	E	G	R	I	A	D	D	O	L	B	S	O	A	T
R	M	M	J	Y	F	I	G	D	F	S	C	E	O	R	R	E
M	O	E	V	B	H	J	E	A	I	O	O	A	S	T	B	R
A	R	E	N	D	A	S	D	B	G	E	M	R	U	G	F	R
B	A	M	A	E	R	P	A	U	L	Y	P	R	T	V	E	A
T	M	E	G	B	H	K	U	R	Y	N	R	U	O	D	S	V
G	A	L	A	F	V	R	T	N	K	U	A	O	S	C	T	F
B	F	H	F	F	O	G	U	E	T	E	S	J	S	G	A	E
V	R	O	M	E	L	H	O	D	E	R	O	X	E	G	I	R

A	S	O	M	B	R	P	O	J	U	M	K	N	J	J	O	F
N	O	M	U	R	F	H	G	H	N	M	H	T	Y	R	G	E
H	L	V	B	H	G	T	D	R	I	S	A	D	A	S	U	S
M	I	R	V	I	Y	L	H	O	A	D	C	F	M	A	S	T
J	D	J	H	I	N	A	S	C	O	P	O	S	I	T	T	I
I	A	T	H	M	M	B	R	Y	L	H	O	S	G	A	E	V
K	R	A	T	O	E	I	C	J	S	I	N	A	P	M	V	I
K	I	A	L	N	I	A	H	J	T	L	M	A	A	M	B	D
A	E	U	F	O	R	I	A	D	D	O	L	B	T	O	A	A
R	D	M	J	I	F	I	M	D	F	S	A	E	R	R	R	D
M	A	E	V	T	H	J	P	A	I	O	M	A	L	T	B	E
A	D	E	N	E	A	B	A	R	U	L	H	O	U	G	A	R
B	E	M	A	E	R	P	N	U	L	Y	O	R	T	V	R	A
T	M	E	G	B	H	K	H	R	Y	N	J	U	O	D	D	V
G	A	L	A	F	V	R	E	N	K	U	K	O	S	C	E	F
B	F	H	F	I	L	U	M	I	N	A	C	A	O	G	O	E
V	R	O	M	E	L	S	O	N	H	O	S	X	E	G	I	R